

Föräldrautbildning



Handledning

Svenska Ishockeyförbundet

Välkommen!

Ni står inför den stimulerande uppgiften att genom Idrottslyftet genomföra utbildningen: Ishockeyns - Föräldrautbildning. Den här handledningen är till hjälp och stöd för er inför och under utbildningen. Svenska Ishockeyförbundet vill med sina utbildningar entusiasmera och engagera spelare, ledare och föräldrar som finns i rörelsen.

Att fundera över för föreningen inför utbildningen av föräldrarna:

- Vad vill vi i vår förening med att genomföra denna utbildning?
- Hur vill vi i vår förening gå till väga för att genomföra denna utbildning?
- Ska vi ha en utbildning för alla föräldrar i föreningen samtidigt eller ska varje lag i föreningen ha en egen utbildning?
- Är det en person från föreningen som ska leda genomförandet av utbildningen för föräldrarna eller är det flera som ska vara med och leda utbildningen?
- Ska vi ha utbildning samtidigt som ett föräldramöte eller ska det vara ett specifikt tillfälle?

Att fundera över för ledaren/ledarna inför utbildningstillfället för föräldrarna:

- Vilka människor kommer du att möta vid starten av kursen?
- På vilket sätt tror du de vill bli bemötta på väg till en ny nivå av utbildning?
- Är det stor variation avseende kunskap och erfarenhet i gruppen?

Det är viktigt att ni som ledare skapar en bra mix mellan teori och diskussion för att få engagerade och nöjda deltagare av utbildningen.

Utbildningen Ishockeyns - Föräldrautbildning utgår ifrån Svenska Ishockeyförbundets Föräldrafolder och Ishockeyn Vill, det materialet ingår i det paket som skickas med till detta projekt som ska delas ut vid utbildningstillfällena. Det finns även digitala versioner till Föräldrafolderna och Ishockeyn Vill på hockeyakademin.se.

Förslag på upplägg av föräldrautbildningen

(EJ krav, då alla föreningar har olika förutsättningar och möjligheter)

Träff 1

Ansvarig för projektet i föreningen samlar ledarna från föreningen för en första genomgång. Utbildningsmaterialen Föräldrafoldern, Ishockeyn Vill, Power Pointen – Föräldrautbildning & denna kurshandledning presenteras. En redogörelse görs för hur föreningen skall bedriva verksamheten i projektet fortsättningsvis. Efter en allmän diskussion ger ansvarige från föreningen uppdrag till de olika ledarna hur fortsatt verksamhet skall genomföras. Ledarna lägger sedan upp sin egen plan för sammankomster där man går igenom utbildningsmaterialet.

Träff 2

Ledarna förbereder och genomför Föräldrautbildning med hjälp utav materialet som ingår.

Handledarlitteratur

Föräldrautbildning - PowerPoint

Länk till nedladdning: <http://www.swehockey.se/Hockeyakademin/Utbildning/Foraldrar/>

Föräldrafoldern från Svenska Ishockeyförbundet

Ishockeyn Vill från Svenska Ishockeyförbundet

Teknik

Detta behövs för att genomföra utbildningen:

Dator med Power Point presentationen

Internetuppkoppling

Högtalare

Faktaunderlag

Informationen i denna utbildning är tagen från följande publikationer:

Länkar till dessa material finns på de sista sidorna i power pointen.

från Svenska Ishockeyförbundet

Föräldrafoldern – Ingår i utbildningen

Ishockeyn Vill – Ingår i utbildningen

Ishockeyns ABC

Fair Play & Respekt material, länk till materialet nedan:

<http://www.swehockey.se/Hockeyakademin/Utbildning/FairPlayRespekt/>

från Riksidrottsförbundet

Idrotten Vill

Anvisningar för barn- och ungdomsidrott

Varför idrott och fysisk aktivitet är viktigt för barn och ungdom

Kunskapsöversikt: Styrketräning för barn och ungdom

Kursöppning

Mål

Målet för kursstarten är att:

Skapa trygghet i gruppen.

Skapa en positiv inlärningssituation.

Att arbetet skall mynna ut i utbildning för föräldrar

Metod och innehåll

Hälsa alla välkomna och gör en presentation av dig själv

Beskriv målet med Idrottslyftskursen – Föräldrautbildning

Gå igenom kursprogrammet samt praktiska saker.

Handledning till Power Point – Föräldrautbildning

Bild 1

Första sidan med Svenska Ishockeyförbundets logga, där kan ni presentera er själva som håller i utbildningen, beskriva målet med utbildningen och hur ni kommer gå tillväga.

Bild 2

Inledning med förord från Svenska Ishockeyförbundet.

Bild 3 & Bild 4

Gå igenom faktaunderlaget som ligger till grund för utbildningen. Berätta att länkarna till detta material finns i slutet av denna presentation. Dela ut materialen (Föräldrafoldern och Ishockeyn Vill) och berätta kort om att de ligger till grund för utbildningen.

Bild 5

Kort beskrivning av Ishockeyn i Sverige i siffror. Berätta även hur det ser ut i er förening.

Bild 6

Hur svensk ishockey är organiserat.

Bild 7 & Bild 8

Föräldrarnas budord taget från föräldrafoldern, några av dessa punkter presenteras här och resterande punkter finns i föräldrafoldern.

Bild 9

Budord: Föreningens mål

Här beskriver ni föreningens mål med verksamheten för föräldrarna.

Bild 10

Budord: Stötta ditt barn och ledarna i laget

Informera föräldrarna hur de ska gå tillväga ifall de vill ta upp något med ledarna i laget eller med föreningen.

Bild 11 & Bild 12

Budord: Fair play & Respekt

Berätta för föräldrarna hur föreningen jobbar med Fair play & Respekt frågorna för spelare, ledare och föräldrar. Klicka på den gula videologgan i högra hörnet för att komma till Svenska Ishockeyförbundets Fair play & Respekt sida, där finns det information och filmklipp (som kan visas).

Bild 13

Budord: Så här beter vi oss under match.

Hur vill föreningen att föräldrarna ska bete sig under matcher.

Diskutera det även i gruppen och låt föräldrar reflektera över frågan.

Bild 14

Budord: Variera idrottandet

Diskutera hur det kan underlättas för barn och ungdomarna att utöva fler idrotter och mer spontanidrott.

Bild 15

Budord: Träning/Match

Diskutera runt de två punkterna och beskriv hur ni ser på det i er förening.

Bild 16

Ansvar och värderingar.

Bild 17

Ansvar och värderingar: Föräldrarnas ansvar

Diskutera punkterna och hur är en bra ishockeyförälder.

Bild 18

Ansvar och värderingar: Ledarens/Tränarens ansvar

Beskriv hur ni i föreningen ser på ledar- och tränaransvar. Diskutera hur en bra ledare ska vara.

Bild 19

Ansvar och värderingar: Alkohol och droger

Gå igenom punkterna och föreningens värderingar kring detta, diskutera även runt detta område.

Bild 20

Barn och ungdomar

Bild 21

Barn och ungdomar: Barns rätt i idrott

Gå igenom punkterna

Bild 22

Barn och ungdomar: Barnrättsperspektiv

Gå igenom Riksidrottsförbundets punkter

Bild 23 & Bild 24

Barn och ungdomar: Barns fysiska utveckling & Nivåanpassning

Gå igenom punkterna och berätta hur ni i föreningen anpassar verksamheten till detta.

Bild 25

Äta-Träna-Vila

Bild 26

Äta-Träna-Vila

Beskriv prestationstriangeln och hur alla delar hänger ihop.

Bild 27

Äta-Träna-Vila: ÄTA

Gå igenom punkterna och vikten av att äta rätt.

Klicka på den gula videologgan för att komma till Hockeyakademin sida om kost, titta på videoklipppet ”En hel dags mat”.

Bild 28

Träning – Isträning

Beskriv fördelarna med smålagsspel och stationsövningar som träningsupplägg.

Bild 29

Smålagsspel/Helplansspel

Studie gjord med jämförelse mellan smålagsspel och helplansspel på träningspass, inriktat på aktivitetsgrad och utförande av olika moment.

Bild 30

Äta-Träna-Vila: TRÄNA – Varför är fysisk aktivitet viktigt?

Gå igenom Riksidrottsförbundets information.

Bild 31

Äta-Träna-Vila: TRÄNA – Styrketräning för barn & ungdomar

Gå igenom Riksidrottsförbundets rekommendationer och informera om hur ni i er förening jobbar med fysisk träning.

Bild 32

Äta-Träna-Vila: VILA

Gå igenom Svenska Ishockeyförbundets information och diskutera hur ni kan förbättra sömnen för era barn och ungdomar.

Bild 33

Information

Bild 34

NPF inom ishockeyn

Informera om att detta utbildningsmaterial finns och är tillgängligt för alla (Finns på www.hockeyakademin.se).

Bild 35

Försäkringar

Informera om hur föräldrarna ska göra om det skulle inträffa en skada.

Bild 36 & Bild 37

Gå igenom SIF:s och Trafikverkets information och diskutera hur vi i föreningen kan göra för att bli ännu mer trafiksäker.

Bild 38

Utrustningstips

Gå igenom punkterna och diskutera hur vi kan underlätta för inköp av begagnad utrustning och bytardagar.

Klicka på den gula videologgan och visa klippet om utrustning

Bild 39

Sommarhockeyskolor

Informera om att det finns auktoriseringskrav på sommarhockeyskolor för att verksamheten ska kvalitetssäkras.

Bild 40

Hockeyakademin.se

Berätta om hockeyakademin.se, klicka på länken och visa upp föräldrasidan på hemsidan.

Visa vart de kan ladda ner denna presentation.

Bild 41, 42 & 43

Material

Informera om länkarna till samtliga material som ligger till grund för denna föräldrautbildning.

Bild 44 & 45

Utvärdering & reflektion

Avgör hur ni vill genomföra utvärderingen:

Ställ öppen fråga till hela gruppen, svara på frågor i enkät, mejla in åsikter kring det, så avgör vad som passar er bäst.